

Cuántas bebidas energéticas consumen los jóvenes en Aragón y cómo les afectan

- La encuesta sobre el uso de **drogas** en enseñanzas secundarias Estudes revela que la ingesta de este producto se ha disparado.



Varias latas de bebidas energéticas en un supermercado de Zaragoza

[Aragón](#) [Drogas](#) [Gobierno de Aragón](#) [Ministerio de Sanidad](#) [Infancia](#) [Sanidad](#) [Politics](#) [Crime & Tragedy](#)

<https://www.heraldo.es/noticias/aragon/2024/02/22/cuantas-bebidas-energeticas-consumen-jovenes-aragon-co...>
Heraldo.es

Jueves, 22 febrero 2024

El nuevo plan de **adicciones** de Aragón, que será ya el cuarto de la Comunidad, incluirá cuestiones como el **consumo de bebidas energéticas** o el **uso de dispositivos móviles**, que hasta ahora no estaban recogidas y que cada vez preocupan más. El hábito de mezclar **alcohol** con las bebidas energéticas está arraigando mucho entre los adolescentes y jóvenes, con los problemas que ello puede conllevar, según los expertos, para su salud y por poder convertirse en la antesala de otras **drogas**.

Pero, ¿cuántas bebidas energéticas ingieren los chavales aragoneses? Casi la mitad de los **estudiantes de 14 a 18 años** de la Comunidad las han consumido en el último mes, un 46,2%, cifra muy parecida a la que se registra a nivel nacional (47,7%). Así se refleja en la 'Encuesta sobre uso de **drogas** en enseñanzas secundarias (Estudes)' de Aragón de 2023, llevada a cabo por el Ministerio de Sanidad, y para la que se ha entrevistado a 2.251 alumnos.

Y **los chicos están más 'enganchados' que ellas**. Un 55% las bebieron en los 30 días previos a la encuesta, mientras que en las chicas este porcentaje desciende al 35,9%. Atendiendo a la edad, la mayor prevalencia se da entre alumnado de 18 años, un 57,4%.

Un dato preocupante para los especialistas es que **su consumo se ha disparado y ha aumentado en 8 puntos porcentuales desde 2019**. Esta mayor extensión, aunque se refleja en ambos sexos, se hace

más evidente en la Comunidad entre las chicas, en las que ha pasado de un 27,1% en 2019 a un 35,9% el año pasado.

Te puede interesar El nuevo plan de **adicciones** de Aragón incluirá las bebidas energéticas y los móviles Un experto avisa de que los videojuegos pueden ser "la puerta a la ludopatía" para los niños

La práctica de mezclarlas con alcohol también está al alza y el 19,6% de los adolescentes de entre 14 y 18 años ha echado mano de esta combinación en el último mes. Este 'cóctel' está más extendido a medida que lo hace la edad del alumnado, dándose el mayor crecimiento de los 17 a los 18 años donde la prevalencia aumenta en 7,2 puntos porcentuales situándose en el 28,4% para los alumnos mayores de edad.

Adicciones en Aragón: sacan peores notas y consumen más drogas

De las consecuencias negativas para la salud de la ingesta continuada de bebidas energéticas vienen alertando desde hace tiempo los profesionales médicos y sanitarios. Un estudio del **Plan Nacional sobre Drogas** del pasado diciembre, que recoge en su página web el **Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones** (OEDA), concluye que los adolescentes de 14 a 18 años que las consumen habitualmente **sacan peores notas y repiten más cursos**, y, además de mezclarlas con **alcohol**, también hacen más uso de otras sustancias como **tabaco, cannabis**, hipnosedantes y **cocaína**.

Te puede interesar Sanidad creará un grupo de trabajo nacional para regular la venta de bebidas energéticas a menores, a propuesta de Aragón Los pediatras, sobre las bebidas energéticas: "Abren la puerta a la ingesta de sustancias tóxicas y a la promoción de **adicciones**"

El informe recoge que **contienen una mezcla de compuestos que incluyen la cafeína, glucuronolactona y vitaminas**. "Algunas atribuyen sus propiedades estimulantes a aminoácidos como la taurina o a su contenido en extractos de hierbas como el ginseng o la guaraná, y en algunos casos se agregan minerales, inositol y carnitina", explica.

Asimismo, destaca que **tienen efectos importantes a nivel cerebral y metabólico**. De las **consecuencias adversas** menciona la estimulación del sistema nervioso central y cardiovascular y su relación con el sobrepeso y la obesidad, además de que su ingesta regular se ha asociado "a la sobredosis de cafeína, la hipertensión, la pérdida de masa ósea y la osteoporosis". Entre otras secuelas secundarias apunta las palpitaciones, insomnio, náuseas y vómitos.